

Развитие критического мышления будущих педагогов как основа выбора адекватных стратегий поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях (опыт российско-белорусского исследования)

Developing critical thinking of preservice teachers as a basis for choosing appropriate strategies in stressful social situations (a Russian-Belarusian study)

Авторы статьи

Пазухина Светлана Вячеславовна,
доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого», г. Тула, Российская Федерация
svetlana.pazukhina@tolstovsky.ru
ORCID: 0000-0003-3190-3520

Филиппова Светлана Анатольевна,
кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого», г. Тула, Российская Федерация
filippovasa@tolstovsky.ru
ORCID: 0000-0003-2245-3599

Authors of the article

Svetlana V. Pazukhina,
Doctor of Psychological Sciences, Head of the Department of Psychology and Pedagogy, Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University, Russian Federation
svetlana.pazukhina@tolstovsky.ru
ORCID: 0000-0003-3190-3520

Svetlana A. Filippova,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology and Pedagogy, Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University, Russian Federation
filippovasa@tolstovsky.ru
ORCID: 0000-0003-2245-3599

Конфликт интересов

С. В. Пазухина является членом редакционного совета журнала «Концепт»

Conflict of interest statement

S. V. Pazukhina is a member of the editorial board of the "Koncept" journal

Для цитирования

Пазухина С. В., Филиппова С. А. Развитие критического мышления будущих педагогов как основа выбора адекватных стратегий поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях (опыт российско-белорусского исследования) // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2026. – № 04. – С. 175–192. – URL: <https://e-koncept.ru/2026/261090.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2026-11090

For citation

S. V. Pazukhina, S. A. Filippova, Developing critical thinking of preservice teachers as a basis for choosing appropriate strategies in stressful social situations (a Russian-Belarusian study) // Scientific-methodological electronic journal "Koncept". – 2026. – No. 04. – P. 175–192. – URL: <https://e-koncept.ru/2026/261090.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2026-11090

Поступила в редакцию <i>Received</i>	23.01.26	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	11.03.26
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	11.03.26	Опубликована <i>Published</i>	30.04.26



Аннотация

В образовательной среде нередко возникают социально ориентированные ситуации, связанные с нарушением систем взаимодействия, негативным информационно-психологическим влиянием со стороны лиц с деструктивным поведением и прочим, которые можно охарактеризовать как стрессовые. Они требуют от педагогов мобилизации всех сил, чтобы адекватно проанализировать сложившуюся ситуацию и грамотно выстроить свое поведение в ней. Во многом это зависит от уровня развития критического мышления, которое нужно развивать у будущих педагогов еще на студенческой скамье. Цель – выявление влияния уровня развития критического мышления на выбор будущими педагогами стратегии поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях и с учетом полученных данных разработка дополнительной образовательной программы для повышения уровня развития критического мышления, а также обоснование педагогических условий ее успешной реализации. Выборка – естественные группы российских и белорусских студентов педвузов ($n = 320$). Методологические подходы – системный и личностно ориентированный. Методики: опросник совладания со стрессом (COPE-30A) Ч. Карвера, М. Шейера и Дж. Вейнтрауба, тест критического мышления Л. Старки. Выявлено, что критическое мышление лучше развито у белорусских студентов. В российской выборке преобладают стратегии активного совладания со стрессом, планирование и сдерживание совладания, а в белорусской – активное совладание, планирование и позитивное переформулирование. Сильные отрицательные корреляционные связи в белорусской выборке выявлены между уровнем развития критического мышления и стратегиями «мысленный уход от проблемы», «юмор», «поведенческий уход от проблемы». В российской выборке отрицательная корреляционная связь зафиксирована между уровнем развития критического мышления и использованием активного совладания; положительные корреляции – со стратегиями «концентрация на эмоциях» и «поведенческий уход от проблемы». Полученные эмпирические данные учтены при проектировании программы развития критического мышления. Теоретическая значимость заключается в обосновании и выявлении особенностей развития и взаимосвязи между критическим мышлением и стратегиями поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях у будущих педагогов из России и Белоруссии. Практическая значимость состоит в том, что разработана программа, готовая к внедрению, описаны педагогические условия ее успешной реализации.

Ключевые слова

будущие педагоги, критическое мышление, стрессовые социально ориентированные ситуации, стратегии поведения в стрессовых ситуациях, программа развития критического мышления

Благодарности

Авторы благодарят российских и белорусских участников исследования за помощь в сборе эмпирических материалов.

Abstract

Socially oriented situations associated with disruptions in interaction systems, negative informational and psychological influence from individuals with destructive behavior often arise in the educational environment and can be characterized as stressful. These situations require teachers to mobilize all their efforts to adequately analyze the situation and competently manage their own behavior. This largely depends on the level of critical thinking, which should be developed in preservice teachers while they are still students. The goal of this study was to identify the influence of critical thinking on the choice of behavioral strategies by preservice teachers in stressful socially oriented situations. Based on the data obtained, we developed an additional educational program to enhance critical thinking development and substantiate the pedagogical conditions for its successful implementation. Sample: ordinary groups of Russian and Belarusian students from pedagogical universities ($n = 320$). Methodological approaches: systems-based and student-centered. Methods: Coping with stress questionnaire (COPE-30A) by C. Carver, M. Scheier, J. Weintraub, critical thinking test by L. Starkey. Results: It was found that critical thinking was better developed in Belarusian students. In the Russian sample, active coping strategies, planning and inhibition of coping predominate, while in the Belarusian sample, active coping, planning and positive reformulation predominate. Strong negative correlations in the Belarusian sample were found between the level of critical thinking and the strategies of «mental avoidance of the problem», «humor», and «behavioral avoidance of the problem». In the Russian sample, a negative correlation was recorded between the level of critical thinking and the use of active coping; positive correlations – with the strategies of «concentration on emotions» and «behavioral avoidance of the problem». The obtained empirical data were taken into account when designing a critical thinking development program. The theoretical significance lies in substantiating and identifying the developmental characteristics and relationships between critical thinking and behavioral strategies in stressful social situations among preservice teachers from Russia and Belarus. The practical significance lies in developing a program ready for implementation and describing the pedagogical conditions for its successful implementation.

Key words

preservice teachers, critical thinking, stressful socially oriented situations, behavioral strategies in stressful situations, critical thinking development program

Acknowledgements

The authors thank the Russian and Belarusian participants of the study for their assistance in collecting empirical data.

Введение / Introduction

Актуальность нашей работы обусловлена возрастающим количеством рисков в социально-образовательной среде, связанных с деструктивными информационными и информационно-психологическими воздействиями на подрастающее поколение и

приобретшим широкие масштабы мошенничеством в Интернете и мессенджерах, что мы выявили в своем предыдущем исследовании [1].

Мы полагаем, что в социально ориентированных ситуациях невозможно все предусмотреть и полностью защитить подростков и молодежь от всех вызовов и угроз, поэтому необходимо формировать у них собственную индивидуально-психологическую устойчивость к деструктивным влияниям прежде всего за счет развития критического мышления и выработки адекватных стратегий поведения в стрессовых ситуациях, основанных на рационально-критическом осмыслении произошедшего, а не на эмоциональных реакциях и бессознательных механизмах психологической защиты. Для будущих педагогов это особенно важно, так как после окончания вуза они будут продолжать деятельность по развитию критического отношения к вызывающим подозрение аспектам взаимодействий в реальной и виртуальной среде у своих воспитанников.

Цель нашей работы предполагала выявление влияния уровня развития критического мышления на выбор будущими педагогами стратегии поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях и с учетом полученных данных разработку дополнительной образовательной программы для повышения уровня развития критического мышления, а также обоснование педагогических условий ее успешной реализации.

Обзор литературы / Literature review

Критическое мышление – жизненно важный навык в условиях BANI-мира (согласно Д. Кашио, B – brittle – хрупкий; A – anxious – беспокойный; N – nonlinear – нелинейный; I – incomprehensible – непостижимый) [2]), помогающий при выборе источников, на которые мы опираемся при выработке собственного мнения. Он способствует выделению причинно-следственных связей, обобщению и структурированию информации, аргументации собственной позиции.

Целенаправленное развитие критического мышления способствует выработке навыков решения различных жизненных проблем, в том числе социально ориентированных ситуаций, возникающих как в реальной, так и в виртуальной среде под воздействием деструктивных информационных и информационно-психологических воздействий.

Критическое восприятие информации помогает отличить ложь от правды, вовремя распознать мошенников, не допустив развития экстремальной ситуации, рассмотреть аргументы с разных сторон и увидеть слабые места в позициях других людей и пр. Критическое мышление – это процесс, включающий в себя и рефлекссию, и самоконтроль мышления, направленный на повышение точности, ясности, логичности, значимости, глубины, широты, объективности и адекватности наших рассуждений, писал Р. Пол [3].

В некоторых источниках критическое мышление провозглашается главным гибким навыком XXI века, востребованным в разных профессиях и областях деятельности). На это, например, указывает в своей статье А. А. Сазанова [4].

В работах других авторов оно рассматривается в качестве основы цифровой грамотности, что подчеркнул в своем интервью профессор факультета социальных наук Государственного университета Хельсинки С. Беляев [5].

Еще одно направление изучения критического мышления, значимое в контексте проводимого нами исследования, связывает его с обеспечением индивидуальной психологической безопасности личности. В таком аспекте критическое мышление рассматривается в работе М. М. Мишиной и К. В. Каулина [6].

Е. П. Василенко указывает на необходимость целенаправленного развития критического мышления школьников и студентов в связи с быстрыми изменениями современного мира, глобализацией и увеличением объема информации. Автор подчеркивает, что критическое мышление способствует адекватной оценке своего места в обществе, принятию обдуманных решений и противостоянию манипуляциям. Также указывает на значимость развития критического мышления в контексте создания гражданского общества и подготовки молодежи к вызовам современного мира [7].

Ю. Н. Корешникова и И. Д. Фруммин отмечают, что критическое мышление – это и важный личностный ресурс, и неотъемлемая часть профессиональной компетентности современного педагогического работника [8]. Оно обеспечивает необходимые навыки анализа, синтеза и оценки информации, позволяя ориентироваться в сложных информационных потоках, принимать обоснованные решения, обеспечивая когнитивный уровень безопасности личности. Эти характеристики критического мышления в своей работе описывает И. Ф. Кефели [9]. Формирование компетенций современного педагога предполагает не только ориентировку в узкопрофессиональном круге вопросов, но и умение видеть проблему в широком контексте, привлекая данных смежных наук, что подчеркивают в своей статье А. В. Жукоцкая и С. В. Черненко [10]. Без понимания широкого контекста, ориентировки в исторических, культурологических, политологических исследованиях специалист будет иметь узкий кругозор, малоэффективный для успешной адаптации в условиях BANI-мира. Не случайно, как отмечают Р. Пол и Л. Элдер, идеи концепции развития критического мышления нашли отражение в научных исследованиях по политологии, экономике, юриспруденции, социологии, медицине, а также в области образования [11].

Стрессоустойчивость в работах Н. Е. Водопьяновой определяется как способность человека адекватно реагировать на стрессовые ситуации (действие экстремальных факторов), сохраняя работоспособность и внутреннее равновесие [12].

И. Г. Малкина-Пых [13] отмечает, что высокий уровень стрессоустойчивости необходим для предотвращения негативного влияния стресса на физическое и психическое здоровье, а также для сохранения работоспособности и внутреннего равновесия в сложных, экстремальных ситуациях – к ним мы относим многозадачные ситуации, возникающие в деятельности педагогов, условия информационной перегрузки, в которых живут современные обучающиеся, а также ставшие в XXI веке частью повседневности манипулирования, недостаток объективной информации, интенсивное давление со стороны интернет-мошенников и пр.

Зарубежные ученые из Оклендского университета Новой Зеландии У. Гун и С. А. Гиртсхус к числу наиболее распространенных факторов возникновения стресса у современных молодых людей студенческого возраста относят следующие: социальные и связанные с выполнением учебно-профессиональных задач. Социальные – неблагоприятная психологическая обстановка в группе обучающихся, неудовлетворенная потребность в интеграции в студенческое сообщество, семейные конфликты, смена места жительства, финансовые проблемы и пр. Ко второй группе относятся противоречивые образовательные ожидания, учебные проблемы и др. Конкретные источники стресса связаны с определенными представлениями студентов и последующими реакциями, а также стратегиями управления, отмечают У. Гун и С. А. Гиртсхус [14].

Физиологические факторы развития академического стресса у современных студентов подробно рассмотрены в работе [15].

Стресс также может возникать в условиях новых вызовов и угроз – экстремальных событий, обстоятельств, которые воспринимаются человеком как угрожающие или вызывающие беспокойство. Современный мир, характеризующийся как эпоха повышенной неопределенности и непредсказуемости, полон различных факторов (затрагивающих разные аспекты жизни – от учебной/профессиональной деятельности до личных убеждений и социальных ожиданий), которые могут вызывать реакцию тревоги и стресса. Так, Ю. В. Быховец выявила в своем исследовании особенности и последствия стресса, возникающего от невидимых информационных угроз, при воздействии агрессивных факторов реальной и виртуальной среды (террористическая угроза, эмоциональное насилие, травля в Интернете и пр.) [16].

Необходимо отметить также такое современное направление, содержащее группу стресс-факторов, как постоянное сравнение себя с другими в реальной и виртуальной среде, нереалистичные ожидания в связи с навязываемыми стандартами общества, патологическое стремление к конкуренции («битве» за успех), достижательству, что может вызывать у молодых людей стресс и чувство неудовлетворенности жизнью, указывает в своей книге Л. Старки [17].

В рамках нашего исследования стрессоустойчивость рассматривалась в контексте требований к личности специалиста помогающих профессий – будущих учителей, педагогов-психологов и других субъектов педагогического процесса.

Традиционно в работах ученых акцент делается на изучении физиологического (системного) стресса, информационного и эмоционального. А в работе В. Розанова и его коллег рассматривается психосоциальный стресс, который может возникать у молодых людей в мегаполисе в условиях новых вызовов и угроз. Данный вид стресса проявляется в периоды общественных трансформаций и обнаруживает себя в нарушении регуляции процессов социального функционирования личности, отмечают авторы [18].

Специфика проявления и выраженность стресс-симптомов на всех уровнях (эмоциональном, когнитивном, физическом, поведенческом) зависят не от силы действующего фактора, а от его восприятия самим человеком, в связи с чем ответные реакции организма на стресс-воздействия у разных индивидов отличаются. На это указывают К. Ван Слайк, Г. Клэри и М. Тазкарджи [19].

Стрессоустойчивость важна для поддержания физического и психического здоровья каждого человека. С. Гарбоци с коллегами подчеркивают, что воспринимаемый стресс взаимосвязан с тревожностью, что отражается на здоровье и стратегиях преодоления [20].

Овладение методами профилактики стресса и своевременное обращение за помощью способны защитить от последствий постоянного чувства тревоги, хронической усталости, фрустрации потребности в безопасности, эмоционального истощения, синдрома психического выгорания, отмечает П. Н. Савинов [21].

И критическое мышление, и стрессоустойчивость можно целенаправленно развивать.

Изучение литературных источников и образовательной практики показало, что развитию критического мышления больше внимания уделяется в школьном возрасте, а в студенческой аудитории, которая также часто становится объектом для деструктивных информационных и информационно-психологических воздействий, посвящено достаточно мало исследовательских работ в этом аспекте. В школе для развития критического мышления используются различные методы, которые включают в себя логические упражнения, анализ текстов, постановку вопросов на проверку истинности и достоверности утверждений, дискуссии, при этом реализуется психолого-педагогический подход, о чем пишут в своей статье А. А. Самохина и ее коллеги [22]. А в

вузах, как отмечает К. У. Турдиева, сегодня вводятся специальные модули, направленные на обучение сбору, анализу и сравнению разнообразной информации, проверке ее достоверности и выработку навыков аргументированного обоснования собственных решений [23]. По мнению Н. Соловьевой и ее коллег, критическое мышление студентов более эффективно развивается в пространстве активного обучения [24].

Таким образом, на значимость развития критического мышления у современных обучающихся – школьников, студентов, специалистов сферы образования – указывается в исследованиях многих современных авторов, как отечественных, так и зарубежных. Однако хорошие, обоснованные программы разработаны в достаточном количестве только для обучающихся школьного возраста, в то время как именно студенты, выходя в полноценную самостоятельную жизнь вне дома родителей, сталкиваются с множеством ситуаций, где требуются развитые навыки критического мышления для решения социально ориентированных проблем, в том числе связанных с будущей профессией.

Что касается стрессоустойчивости, то она вырабатывается через нахождение контакта со своим телом, развитие осознанности, работу с эмоциями, посредством овладения навыками психической саморегуляции, считает О. А. Семиздралова [25]. Ее же развитие как личностного ресурса связано с освоением умений успокаивать самого себя в трудный момент, переключать фокус внимания с источника стресса на более позитивные или нейтральные аспекты жизни, способности находить смысл и извлекать полезные уроки из сложных ситуаций, выработкой когнитивной гибкости – умения адаптироваться к изменениям и находить новые решения в жизненных трудностях, указывают С. Натх и В. Сингх [26].

В научной литературе достаточно подробно рассмотрены физиологические механизмы и способы адаптации к стрессовым ситуациям, различные аспекты проявления и развития системного стресса. Мы же (Т. И. Куликова, С. В. Пазухина, Н. А. Степанова, С. А. Филиппова) в своих работах изучаем стрессоустойчивость как фундамент психологической безопасности личности в условиях новых вызовов и угроз и осознанное умение выбора наиболее адекватной стратегии поведения в той или иной социально ориентированной ситуации [27].

Проведенный нами анализ деятельности психологических служб российских вузов показал, что для развития стрессоустойчивости студентов используется внедрение регулярных профилактических мероприятий, включающих физическую активность, правильную организацию учебных мест и развитие навыков саморегуляции, а также индивидуальные консультации по запросам (М. С. Ионова, Д. И. Кузьменкова, Н. В. Резепова, Ю. М. Тюрина) [28]. В зарубежных вузах активно применяются тренинги по развитию навыков решения проблем, включающие в себя техники восприятия стресса, упражнения на повышение жизнестойкости и самооэффективности [29].

В своей гипотезе мы предположили, что уровень развития критического мышления влияет на выбор тех или иных стратегий поведения в стрессовых ситуациях. Исследования подобного рода не проводились. Наиболее близка к нашей теме работа Д. П. Талова и А. В. Орловой, в которой они выявляют взаимосвязь уровня развития критического мышления подростков с их личностными характеристиками и показателями интеллекта [30].

Программы развития стрессоустойчивости в сочетании с критическим мышлением, обеспечивающие личностный уровень психологической безопасности в условиях новых вызовов и угроз, на сегодняшний момент отсутствуют. Соответственно, педагогические условия их реализации также подлежат разработке. Все это обуславливает актуальность выбранной темы, подтверждает ее неразработанность в теоретическом плане и востребованность на практике.

Методологическая база исследования / Methodological base of the research

В своем исследовании мы ориентировались на системный и личностно ориентированный подходы и применяли методы теоретического, эмпирического исследования, количественный и качественный анализ полученных данных, интерпретационные методы.

В качестве диагностического инструментария в нашем исследовании использовались стандартизированные методики: опросник совладания со стрессом (COPE-30A) (авторы: Ч. Карвер, М. Шейер и Дж. Вейнтрауб; адаптация: М. А. Одинцова, Н. П. Радчикова) [31] и тест критического мышления (автор: Л. Сарки; адаптация: Е. Л. Луценко) [32]. Подход к пониманию стрессоустойчивости в выбранном тесте-опроснике согласовывается с общими положениями, составляющими теоретическую базу изучения заявленной темы, и предполагает ее рассмотрение как умения преодолевать жизненные трудности посредством использования конкретных способов и техник. С помощью данной методики диагностируются следующие стратегии совладания со стрессом: позитивное переформулирование, мысленный уход от проблемы, концентрация на эмоциях, поиск инструментальной социальной поддержки, активное совладание, отрицание, обращение к религии, юмор, поведенческий уход от проблемы, сдерживание совладания, эмоциональная социальная поддержка, использование «успокоительных», принятие, подавление конкурирующей деятельности, планирование. Во втором тесте – одна шкала, которая выявляет уровень сформированности критического мышления.

В выборку вошли российские и белорусские студенты очной и заочной форм обучения: будущие учителя, педагоги-психологи, социальные педагоги, специальные педагоги и другие будущие педагогические работники школ – в количестве 320 человек, проходившие обучение на дополнительной образовательной программе. Количество юношей в выборке было 3%. Средний возраст испытуемых – 21,5 года.

Первоначально была проведена входная диагностика с использованием подобранного диагностического инструментария, затем с учетом полученных данных была разработана специальная программа развития критического мышления.

Обработка результатов эмпирического исследования осуществлялась с использованием методов качественной обработки и интерпретации данных и математических методов обработки количественных данных – описательной статистики, вычисления *t*-критерия Стьюдента для независимых выборок (русской и белорусской) и коэффициента корреляции *r* Пирсона.

Результаты исследования / Research results

Первая методика – опросник совладания со стрессом (COPE-30A) – позволила изучить особенности такого личностного ресурса у русских и белорусских студентов, как стрессоустойчивость.

В данной методике испытуемым предлагалось ответить на 30 вопросов. По каждой стратегии совладания со стрессом в тесте-опроснике использовалась отдельная шкала, по которой были подсчитаны средние арифметические значения в выборках русских и белорусских студентов (рис. 1).

Как видно из рис. 1, наиболее высокие средние значения в русской выборке получили шкалы, отражающие такие стратегии совладания со стрессом, как активное совладание, планирование и сдерживание совладания, а в белорусской выборке – активное совладание, планирование и позитивное переформулирование.

Согласно интерпретационной схеме методики, активное совладание предполагает конкретные шаги, направленные на преодоление стрессовой ситуации. Планирование связано с тщательным осмыслением того, как лучше действовать в сложившейся трудной ситуации, и разработкой конкретной стратегий поведения.

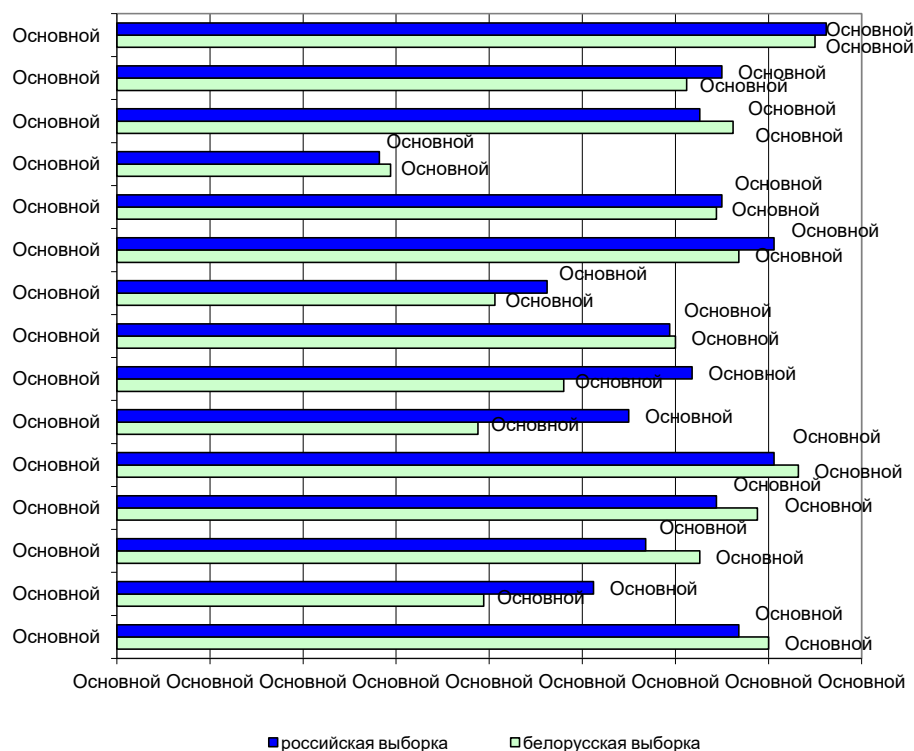


Рис. 1. Средние арифметические в российской и белорусской выборках студентов по шкалам, отражающим частоту использования определенных стратегий совладания со стрессом

Условные обозначения по шкале ОУ:

1. Позитивное переформулирование.
2. Мысленный уход от проблемы.
3. Концентрация на эмоциях.
4. Инструментальная социальная поддержка.
5. Активное совладание.
6. Отрицание.
7. Обращение к религии.
8. Юмор.
9. Поведенческий уход от проблемы.
10. Сдерживание совладания.
11. Эмоциональная социальная поддержка.
12. Использование «успокоительных».
13. Принятие.
14. Подавление конкурирующей деятельности.
15. Планирование.

Сдерживание совладания предполагает ожидание подходящего для действий момента и воздержание от слишком поспешных, импульсивных действий. Позитивное переформулирование и связанный с ним личностный рост основаны на попытках переосмыслить стрессовую ситуацию в позитивном ключе.

Наименьшие средние значения в российской выборке были зафиксированы по следующим шкалам: «использование «успокоительных»» (среднее арифметическое

по этой шкале составило 1,41), «поведенческий уход от проблемы» (2,31); в белорусской – «использование “успокоительных”» (1,47), «поведенческий уход от проблемы» (2,03), «отрицание» (1,94), «мысленный уход от проблемы» (1,97).

Отрадно, что в обеих выборках по шкале использования «успокоительных» (алкоголя, лекарственных средств, наркотиков как способа избегания проблемы и улучшения самочувствия) баллы были низкими. С одной стороны, это указывает на приверженность будущих педагогов и психологов здоровому образу жизни без химических зависимостей, с другой стороны, так как выборка была молодая – студенческая, то лекарственные препараты там используются редко. Такую стратегию, как поведенческий уход от проблемы (отказ от достижения цели, регулирование усилий, направленных на взаимодействие со стрессором), студенты тоже применяют нечасто. Механизмы психологической защиты в стрессовой ситуации (отрицание и др.) используются редко. Мысленный уход от проблемы (использование различных видов активности для отвлечения от неприятных мыслей, связанных с проблемой, например, фантазирование, сон) как предпочитаемая стратегия встречается, но редко.

Использование t-критерия Стьюдента для независимых выборок (русской и белорусской) позволило выявить, что значимые различия фиксируются по трем шкалам: «мысленный уход от проблемы», где значение $t_{Эмп} = 3,3$ попало в зону значимости (рис. 2); «отрицание», где $t_{Эмп}$ составило 3,9 и тоже попало в зону значимости (см. рис. 3); и «обращение к религии» ($t_{Эмп} = 3,3$) (см. рис. 4).



Рис. 2. Т-эмпирическое по шкале «мысленный уход от проблемы» на оси значимости



Рис. 3. Т-эмпирическое по шкале «отрицание» на оси значимости



Рис. 4. Т-эмпирическое по шкале «обращение к религии» на оси значимости

Полученные данные можно интерпретировать следующим образом. По данным шкалам наблюдался максимальный разрыв средних арифметических значений в выборках.

Стратегию «мысленный уход от проблемы» чаще используют российские студенты (среднее арифметическое по этой шкале по выборке составило 2,56 против 1,97 у белорусских участников исследования).

По шкале «отрицание» также средние значения были значительно выше в российской выборке (2,75 против 1,94), т. е. российские студенты чаще отказываются верить в случившееся или обнаруживают попытки отрицать реальность происходящего.

Стратегию обращения к религии, к помощи Бога, вере тоже чаще по сравнению с белорусами (среднее арифметическое – 2,4) используют в российской выборке (3,09).

По остальным шкалам статистически значимых различий в выборках обнаружено не было.

Вторая диагностическая методика (тест Л. Старки) применялась для оценки уровня развития критического мышления. Она включала в себя 27 ситуаций с выбором одного правильного ответа. На выполнение отводилось 25 минут. Задачи, на которые не хватило времени, считались нерешенными.

Средние арифметические значения, полученные по шкале, отражающей сформированность критического мышления, в выборках были следующие: в российской – 16,69, в белорусской – 20,38 (см. рис. 5).

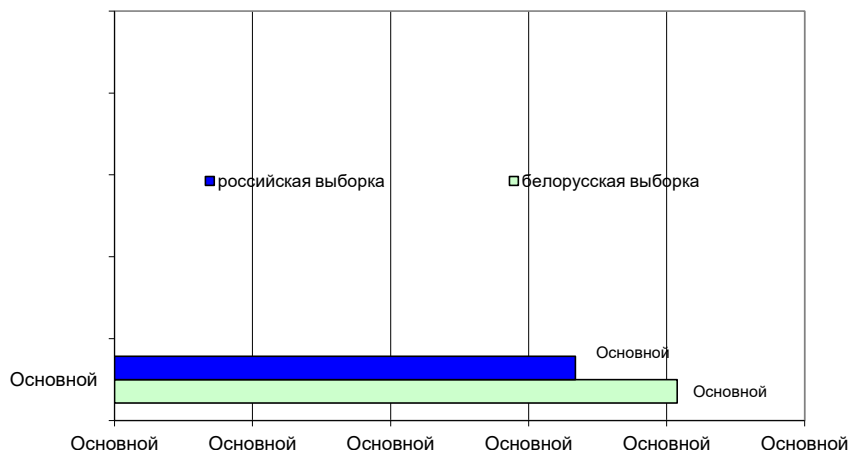


Рис. 5. Средние арифметические в российской и белорусской выборках студентов по шкале критического мышления

В процентном отношении среди российских студентов было 100% респондентов, имеющих средний уровень развития критического мышления. В белорусской выборке было 44% обучающихся с высоким уровнем развития критического мышления и 56% – со средним уровнем.

Согласно интерпретационной схеме методики, высокие результаты по тесту Старки свидетельствуют о том, что у человека хорошо развиты все операции критического мышления: логика, индукция, дедукция, рефлексия, контроль над эмоциями (чрезмерное проявление которых может искажать принятие адекватных решений), анализ информации на достоверность, способность распознавать свои иллюзии, манипуляции со стороны окружающих, рекламы, пропаганды, способность отделять оценки и допущения от фактов, обнаруживать причинно-следственные связи или принимать их отсутствие, признавать ограниченность собственных мыслительных процессов, вырабатывать наиболее оптимальные решения в условиях неопределенности и риска, умение ставить реалистичные цели и находить адекватные пути их достижения.

Очень низкие результаты по тесту (которых выявлено не было) свидетельствуют о том, что у человека плохо развита логика, процессы индукции и дедукции, способность отфильтровывать недостоверную информацию и собирать объективную, выявлять манипуляции, иллюзии и ложные идеи, принимать взвешенные решения, аргументированно дискутировать, осознавать свои предвзятости и необъективность других. Такой человек будет чувствовать себя непонятым или недостаточно компетентным в интеллектуальных спорах, будет пытаться хитрить, выкручиваться или переходить на агрессию, так как ему недоступны способы четкой и убедительной логической аргументации. Для данного субъекта будут характерны всевозможные замены мышления верованиями – религиями, суевериями, астрологией, хиромантией и другими эзотерическими учениями. Часто такие люди попадают в тоталитарные секты или становятся приверженцами праворадикальных и авторитарных идеологий, они могут не доверять науке и противиться распространению знаний, приобретать алкогольную, игровую, гаджето- или другие виды зависимостей. Они подчиняются древним инстинктам или традициям и мало используют адаптивные возможности разума. Такие люди чаще всего не осознают своих ошибок, становятся жертвами манипуляций и «пешками в чужой игре». При низком уровне критического мышления очень важно развивать его всеми доступными способами: использовать литературу, записываться на развивающие и образовательные программы. Это может существенно повысить качество жизни таких индивидов за счет улучшения эмоционального состояния в связи с прояснением картины мира, превращением ее в более контролируемую и менее фатальную, оптимизацией стратегий адаптации [33].

Вычисление t-критерия Стьюдента для независимых выборок позволило установить наличие статистически значимых различий в выборках по уровню развития критического мышления (полученное эмпирическое значение t (6.3) попало в зону значимости) (рис. 6).



Рис. 6. Т-эмпирическое по шкале критического мышления на оси значимости

Далее мы изучили взаимосвязи переменных в метрических шкалах (критического мышления и стратегий совладания со стрессом) с помощью вычисления критерия Пирсона применительно сначала к одной выборке (белорусских студентов), потом к другой (российских студентов) (табл. 1).

Анализ результатов корреляционного анализа позволил выявить, что заметно выраженные отрицательные корреляционные связи в белорусской выборке отмечаются между уровнем развития критического мышления и значениями по таким шкалам, как «мысленный уход от проблемы» ($r = -0,483$), «юмор» ($r = -0,351$), «поведенческий уход от проблемы» ($r = -0,626$), т. е. эти стратегии белорусские студенты с развитым критическим мышлением предпочитают не использовать в стрессовых ситуациях.

В российской выборке отрицательная корреляционная связь была зафиксирована между уровнем развития критического мышления и использованием такой стратегии

совладания со стрессом, как активное совладание ($r = -0,617$), и положительные корреляции – со шкалами «концентрация на эмоциях» ($r = 0,366$) и «поведенческий уход от проблемы» ($r = 0,632$). Таким образом, в стрессовой ситуации российские студенты не стремятся сразу предпринимать какие-то активные шаги, пытаются анализировать свои негативные эмоции, стараясь их выразить и взять под контроль, при возможности предпочитают отказаться от достижения цели и усилий, связанных с контактом со стрессором, что неплохо, например, при взаимодействии с мошенниками.

Таблица 1

Связь уровня критического мышления с выбором стратегии совладания со стрессовыми ситуациями у будущих педагогов (r-Пирсона)

	ПП	МУ	КЭ	ИП	АС	От	ОР	Юм	ПУ	СС	ЭС	ИУ	Пр	ПК	Пл
КМб	-0,257*	-0,483**	0,01	0,064	-0,267*	-0,19*	-0,293*	-0,351**	-0,626**	0,125*	0,189*	-0,092	-0,054	-0,229*	-0,14*
КМр	-0,141*	-0,113*	0,366**	0,005	-0,617**	-0,062	-0,279*	0,27*	0,632**	-0,174*	-0,278*	0,147*	0,097	-0,278*	-0,093

Условные обозначения:

- ПП – позитивное переформулирование.
- МУ – мысленный уход от проблемы.
- КЭ – концентрация на эмоциях.
- ИП – инструментальная социальная поддержка.
- АС – активное совладание.
- От – отрицание.
- ОР – обращение к религии.
- Юм – юмор.
- ПУ – поведенческий уход от проблемы.
- СС – сдерживание совладания.
- ЭС – эмоциональная социальная поддержка.
- ИУ – использование «успокоительных».
- Пр – принятие.
- ПК – подавление конкурирующей деятельности.
- Пл – планирование.
- КМб – критическое мышление (белорусская выборка).
- КМр – критическое мышление (российская выборка).
- Примечание:
- * – корреляция значима на уровне 0,05 (слабая),
- ** – корреляция значима на уровне 0,01 (сильная).

Отметим, что по шкалам «юмор», «поведенческий уход от проблемы», «сдерживание совладания», «эмоциональная социальная поддержка» выявленные слабые и выраженные корреляционные связи в выборках разнонаправленные. Так, в состоянии стресса русские нередко используют юмор, что помогает им справиться с неожиданно возникшей или экстремальной ситуацией ($r = 0,27$), в то время как белорусы серьезно относятся к произошедшему и не считают приемлемым шутки и смех по поводу случившегося ($r = -0,351$). Российские обучающиеся стремятся уйти от проблемной ситуации, вызывающей стресс ($r = 0,632$), а белорусские, напротив, стратегию поведенческого ухода от проблемы стара-

ются не использовать ($r = -0,626$). Белорусские студенты в стрессе хотят найти эмоциональную, моральную поддержку, сочувствие и понимание у других людей ($r = 0,189$), в то время как российские с развитым критическим мышлением – нет ($r = -0,278$), видимо, не желают доверять свои эмоции другим, а с учетом высокой корреляционной связи по шкале «концентрация на эмоциях» просто пытаются их активно выражать. У белорусских студентов с развитым критическим мышлением выявлена положительная корреляционная связь со шкалой «сдерживание совладания» ($r = 0,125$), это говорит о том, что они ожидают подходящего для действий момента и воздерживаются от слишком поспешных, импульсивных действий, в то время как у российских студентов здесь обнаружена отрицательная корреляция ($r = -0,278$).

Полученные эмпирические данные были нами учтены при проектировании программы развития критического мышления у будущих педагогических работников.

Разработанная нами программа «Критическое мышление: инструменты прикладной рациональности» направлена на формирование представлений о критическом мышлении, выработку навыков применения его основных инструментов (логика, объективность, безоценочность).

Цели (с позиции обучающихся):

- научиться выявлять и преодолевать нейрофизиологические ограничения критического мышления;
- освоить навыки распознавания когнитивных искажений и логических ошибок;
- научиться применять инструменты прикладной рациональности для решения сложных социально ориентированных задач, в т. ч. связанных с будущей педагогической профессией, улучшить навыки принятия решений в условиях неопределенности;
- научиться использовать искусственный интеллект для решения задач, связанных с ориентировкой в Big Data и др.;
- освоить техники критического мышления для их практического применения в повседневной жизни (в распознавании лиц, осуществляющих противоправные действия, противодействии психологическим манипуляциям и пр.);
- научиться распознавать фальсификации исторических событий;
- научиться использовать критическое мышление для повышения осознанности в выборе стратегий совладания со стрессовыми ситуациями, обеспечения личной безопасности и профессиональной эффективности.

В рамках программы будет рассмотрен ряд взаимосвязанных тем, отвечающих перечисленным задачам (табл. 2).

В качестве педагогических условий успешной реализации разработанной программы мы рассматриваем следующие:

- проблематизация изучаемого материала исходя из актуальных потребностей и жизненного опыта студентов;
- формирование у обучающихся целостных представлений о происходящих в мире процессах и критического их осмысления в контексте обеспечения информационно-психологической безопасности образовательной среды на разных уровнях, в т. ч. на личностном;
- генерирование общих личностных смыслов в понимании деструктивных информационных и информационно-психологических воздействий в полисубъектной общности в процессе организованного диалогового взаимодействия;
- ценностно-смысловой анализ значимых социально ориентированных психолого-педагогических ситуаций;

Тематическое планирование программы развития критического мышления у студентов

Раздел 1. Теоретические основы критического мышления
Теоретические основы критического мышления, признаки критического мышления
Нейрофизиологические ограничения критического мышления
Внушение и противостояние психологическим манипуляциям
Память: ресурс или ограничение критического мышления?
Раздел 2. Инструменты критического мышления
Инструменты критического мышления: преодоление логических и ошибок в оценке информации
Когнитивные искажения и способы их преодоления
Логические основы критического мышления: от теории к практике
Раздел 3. Применение критического мышления в решении профессиональных задач и в повседневной жизни
Использование нейросетей в критической оценке информации и решении профессиональных задач
Критическое мышление в распознавании мошенников и аферистов
Фальсификация исторического знания в условиях современной культурно-информационной среды: критическая оценка информации об исторических событиях

- ориентация на актуализацию и развитие составляющих критического мышления, обеспечивающих осознанный выбор стратегий поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях;
- акцент на практическое применение изучаемых техник для решения социально ориентированных ситуаций, в т. ч. связанных с будущей профессией;
- усиление личностной безопасности за счет овладения конкретными навыками критического мышления;
- синтез разных видов учебной, квазипрофессиональной и учебно-профессиональной деятельности, ориентация на их амплификацию, обогащение, углубление, результативность, рефлексивность;
- использование метода ситуативно-образного моделирования социально ориентированных ситуаций, требующих критического осмысления, и метода эмоционально-ценностных контрастов с использованием средств искусства.

Апробация программы будет осуществляться в рамках дополнительного образования.

Особое внимание в данной программе мы планируем уделить критическому осмыслению непродуктивных стратегий совладания со стрессовыми социально ориентированными ситуациями, исходя из их контекста, и выработке навыков использования адекватных стратегий поведения даже в условиях деструктивного информационного и информационно-психологического воздействия.

Заключение / Conclusion

Таким образом, в современном мире критическое мышление становится универсальным инструментом рационализации профессиональной деятельности специалистов разных сфер. Не случайно анализ литературы показывает, что в последние годы наблюдается увеличение числа исследований, посвященных изучению особенностей развития критического мышления.

Стрессоустойчивость рассматривается как умение преодолевать жизненные трудности посредством использования конкретных стратегий совладания со стрессом. Помимо индивидуального восприятия, на стресс влияют различные когнитивные искажения (перфекционизм, проекции, катастрофизация и пр.), что непосредственно связано с уровнем развития критического мышления.

Использование стандартизированных диагностических методик позволило нам получить результаты, касающиеся особенностей развития критического мышления и стрессоустойчивости в студенческих группах российских и белорусских обучающихся.

Выявлено, что критическое мышление у всех опрошенных российских студентов имеет средний уровень развития. В белорусской выборке было 44% обучающихся с высоким уровнем развития критического мышления и 56% – со средним. Между выборками по этому критерию обнаружены статистически значимые различия.

Наиболее высокие средние значения в российской выборке получили шкалы, отражающие такие стратегии совладания со стрессом, как «активное совладание», «планирование» и «сдерживание совладания», а в белорусской – «активное совладание», «планирование» и «позитивное переформулирование». В ходе изучения стратегий поведения в стрессовой ситуации значимые различия между выборками были установлены по шкалам: «мысленный уход от проблемы», «отрицание» и «обращение к религии». Эти стратегии чаще используют российские обучающиеся.

Сильные отрицательные корреляционные связи в белорусской выборке были выявлены между уровнем развития критического мышления и стратегиями «мысленный уход от проблемы», «юмор», «поведенческий уход от проблемы». Полученные данные указывают на то, что эти стратегии совладания со стрессом белорусские студенты с развитым критическим мышлением предпочитают не использовать в стрессовых ситуациях.

В российской выборке отрицательная корреляционная связь была зафиксирована между уровнем развития критического мышления и использованием такой стратегии совладания со стрессом, как активное совладание, и положительные корреляции со шкалами «концентрация на эмоциях» и «поведенческий уход от проблемы». Эти данные свидетельствуют о том, что в стрессовой ситуации российские студенты не стремятся сразу предпринимать какие-то активные шаги, пытаются анализировать свои негативные эмоции, стараясь их выразить и взять под контроль, при возможности предпочитают отказаться от достижения цели и усилий, связанных с контактом со стрессором, что неплохо, например, при взаимодействии с мошенниками.

Полученные эмпирические данные были нами учтены при проектировании программы развития критического мышления у будущих педагогических работников. Она включила в себя ряд разделов и взаимосвязанных тем, ориентированных на решение комплекса задач и опирающихся на реализацию педагогических условий, связанных с проработкой ценностно-смысловых аспектов использования техник критического мышления для выбора адекватных стратегий поведения в стрессовых социально ориентированных ситуациях.

Ссылки на источники / References

1. Пазухина С. В. Новые вызовы и угрозы в контексте обеспечения психологической безопасности образовательной среды // #Ученичество. – 2023. – № 2. – С. 12–22. DOI: 10.22405/2949-1061-2023-2-12-22.
2. Cascio J. Facing the Age of Chaos. – URL: <https://alfredopassos.wordpress.com/2021/07/29/facing-the-age-of-chaos-by-jamais-cascio/>
3. Paul R. Critical Thinking: What Every Person Needs to Survive in a Rapidly Changing World. – Santa Barbara: Critical Thinking Foundation, 2012. – 572 p.

4. Сазанова А. А. О важности критического мышления как одного из самых значимых направлений soft skills // Вестник Воронежского института высоких технологий. – 2022. – № 16 (2). – С. 191–193.
5. Критическое мышление – главный навык XXI века // Интервью с С. Беляевым 21 марта 2021 г. – URL: <https://cism-ms.ru/poleznye-materialy/kriticheskoe-myshlenie-glavnyy-navyk-xxi-veka/>
6. Мишина М. М., Каулин К. В. Стратегическое мышление и психологическая безопасность личности // Экстремальная психология и безопасность личности. – 2025. – № 2 (2). – С. 8–22. – URL: <https://doi.org/10.17759/epps.2025020201>
7. Василенко Е. П. Критическое мышление как современная проблема личности // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2013. – № 12 (декабрь). – С. 91–95. – URL: <http://e-koncept.ru/2013/13259.htm>
8. Корешникова Ю. Н., Фрумин И. Д. Профессиональные компетенции педагога как фактор сформированности критического мышления студентов // Психологическая наука и образование. – 2020. – № 25 (6). – С. 88–103. – URL: <https://doi.org/10.17759/pse.2020250608>
9. Кефели И. Ф. Когнитивная безопасность – на стыке науки и идеологии // XX Международные Лихачевские научные чтения. – СПб.: Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов, 2022. – С. 96–99.
10. Жукоцкая А. В., Черненькая С. В. Критическое мышление и его роль в формировании профессиональных компетенций студентов педагогического вуза // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Философские науки. – 2019. – № 4 (32). – С. 67–81. DOI: 10.25688/2078-9238.2019.32.4.08.
11. Пол Р., Элдер Л. Критическое мышление: инструменты для метафизики и современного мира. – М.: Вильямс, 2006. – 410 с.
12. Водопьянова Н. Е. Стресс-менеджмент. – М.: Юрайт, 2025. – 283 с.
13. Малкина-Пых И. Г. Стратегии поведения при стрессе // Московский психологический журнал. – 2005. – № 12. – URL: <https://magazine.mospsy.ru/nomer12/s11.shtml>
14. Gong W., Geertshuis Susan A. Distress and eustress: an analysis of the stress experiences of offshore international students // Front. Psychol. – 05 May 2023. – Sec. Educational Psychology. – Vol. 14. – P. 1144767. – URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1144767>
15. Association between academic stress during exam period, dietary behavior and bowel symptoms among medical students in Saudi Arabia / S. Alduraywish, A. Alburikan, M. Alotaibi [et al.] // Clinical Epidemiology and Global Health. – 2023. – № 22 (5). – P. 101318. DOI: 10.1016/j.cegh.2023.101318.
16. Быховец Ю. В. Стресс от невидимых информационных угроз и его последствия // Консультативная психология и психотерапия. – 2023. – Т. 31, № 3. – С. 132–166.
17. Starkey L. Critical Thinking Skills Success in 20 Minutes a Day. – New York: Learning-Express, 2004. – 169 p.
18. Психосоциальный стресс и его последствия у современных студентов: фактор мегаполиса / В. Розанов, Д. Лаская, Д. Радионов, В. Руженкова // Экология человека (Human Ecology). – 2024. – № 30 (11). – С. 805–820. DOI: 10.17816/humeco622862.
19. Van Slyke C., Clary G., Tazkarji M. Distress, eustress, and continuance intentions for distance learners // J. Comput. Inform. Syst. Adv. Online Publication. – 2022. – No. 63. – P. 149–161. DOI: 10.1080/08874417.2022.2037477.
20. Health anxiety, perceived stress, and coping styles in the shadow of the COVID-19 / S. Garbóczy et al. // BMC Psychol. – 2021. – No. 9. – P. 53–13. DOI: 10.1186/s40359-021-00560-3.
21. Савинов П. Н. Влияние стресса на психическое здоровье личности // Экономика и социум. – 2025. – № 5 (132). – С. 1433–1436.
22. Формирование навыков критического мышления у школьников: психолого-педагогический подход / А. А. Самохина, Л. В. Еловская, А. О. Бысь, Е. В. Тычинина // Педагогический журнал. – 2024. – Т. 14, № 5А. – С. 398–405.
23. Турдиева К. У. Развитие критического мышления у студентов // Наука и образование сегодня. – 2019. – № 6-2 (41). – С. 77–78.
24. Solovyeva N., Tapalova O., Smirnov S. Specifics of the students' critical thinking formation within active learning space // Frontiers in Education. – 2023. March. – Vol. 8. – Sec. Digital Learning Innovations. DOI: 10.3389/feduc.2023.1132525.
25. Семиздралова О. А. Развитие стрессоустойчивости. – СПб.: Наукоемкие технологии, 2023. – 82 с.
26. Nath S., Singh V. Effects of stress in psychological health and its management // AD VALOREM – Journal of Law. – 2019. – Vol. 6, Issue I. – Part I. – P. 71–75.
27. Эмоциональная устойчивость будущих педагогов к негативному влиянию современной информационной среды / С. А. Филиппова, С. В. Пазухина, Т. И. Куликова, Н. А. Степанова // Психологическая наука и образование. – 2019. – Т. 24, № 5. – С. 80–90.
28. Особенности стрессоустойчивости у студентов и возможности её развития в условиях ВУЗа / М. С. Ионова, Н. В. Резепова, Д. И. Кузьменкова, Ю. М. Тюрина // Мир науки. Педагогика и психология. – 2024. – Т. 12, № 6. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/15PSMN624.pdf>
29. Şenocak S. Ü., Demirkiran F. Effects of problem-solving skills development training on resilience, perceived stress,

- and self-efficacy in nursing students: A randomised controlled trial // *Nurse Education in Practice*. – 2023. – Vol. 72. – P. 103795. DOI: 10.1016/j.nepr.2023.103795.
 30. Талов Д. П., Орлова А. В. Взаимосвязь уровня развития критического мышления подростков с их личностными характеристиками и показателями интеллекта // *Психология человека в образовании*. – 2021. – № 3 (2). – С. 153–161. – URL: <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-2-153-161>
 31. Одинцова М. А., Радчикова Н. П., Александрова Л. А. COPE-30: психометрические свойства краткой версии русскоязычной методики оценки копинг-стратегий // *Вестник Московского университета*. – Серия 14. Психология. – 2022. – № 4. – С. 247–275. DOI: 10.11621/vsp.2022.04.11.
 32. Волков Е. Н. Тесты критического мышления: вводный обзор // *Психологическая диагностика*. – 2015. – № 3. – С. 5–23.
 33. Макарова Л. Н. Показатели и уровни развития критического мышления будущего социального педагога // *Вестник Томского государственного университета*. – 2011. – № 2. – С. 112–117.
-
1. Pazuhina, S. V. (2023). "Novye vyzovy i ugrozy v kontekste obespecheniya psihologicheskoy bezopasnosti obrazovatel'noj sredy" [New challenges and threats in the context of ensuring psychological safety in the educational environment], *#Uchenichestvo*, № 2, pp. 12–22. DOI: 10.22405/2949-1061-2023-2-12-22 (in Russian).
 2. Cascio, J. *Facing the Age of Chaos*. Available at: <https://alfredopassos.wordpress.com/2021/07/29/facing-the-age-of-chaos-by-jamais-cascio/> (in English).
 3. Paul, R. (2012). *Critical Thinking: What Every Person Needs to Survive in a Rapidly Changing World*, Critical Thinking Foundation, Santa Barbara, 572 p. (in English).
 4. Sazanova, A. A. (2022). "O vazhnosti kriticheskogo myshleniya kak odnogo iz samykh znachimykh napravlenij soft skills" [On the importance of critical thinking as one of the most significant areas of soft skills], *Vestnik Voronezhskogo instituta vysokih tekhnologij*, № 16 (2), pp. 191–193 (in Russian).
 5. "Kriticheskoe myshlenie – glavnyj navyk XXI veka" [Critical thinking is the key skill of the 21st century], *Interv'yu s S. Belyaevym 21 marta 2021 g.* Available at: <https://cism-ms.ru/poleznye-materialy/kriticheskoe-myshlenie-glavnyj-navyk-xxi-veka/> (in Russian).
 6. Mishina, M. M., & Kaulin, K. V. (2025). "Strategicheskoe myshlenie i psihologicheskaya bezopasnost' lichnosti" [Strategic thinking and psychological safety of the individual], *Ekstremal'naya psihologiya i bezopasnost' lichnosti*, № 2 (2), pp. 8–22. Available at: <https://doi.org/10.17759/epps.2025020201> (in Russian).
 7. Vasilenko, E. P. (2013). "Kriticheskoe myshlenie kak sovremennaya problema lichnosti" [Critical thinking as a modern problem of the individual], *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"*, № 12 (dekabr'), pp. 91–95. Available at: <http://e-koncept.ru/2013/13259.htm> (in Russian).
 8. Koreshnikova, Yu. N., & Frumin, I. D. (2020). "Professional'nye kompetencii pedagoga kak faktor sformirovannosti kriticheskogo myshleniya studentov" [Professional competences of a teacher as a factor in the development of students' critical thinking], *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie*, № 25 (6), pp. 88–103. Available at: <https://doi.org/10.17759/pse.2020250608> (in Russian).
 9. Kefeli, I. F. (2022). "Kognitivnaya bezopasnost' – na styke nauki i ideologii" [Cognitive security – at the border of science and ideology], *XX Mezhdunarodnye Lihachevskie nauchnye chteniya*, Sankt-Peterburgskij gumanitarnyj universitet profsoyuzov, St. Petersburg, pp. 96–99 (in Russian).
 10. Zhukockaya, A. V., & Chernen'kaya, S. V. (2019). "Kriticheskoe myshlenie i ego rol' v formirovanii professional'nykh kompetencij studentov pedagogicheskogo vuza" [Critical thinking and its role in the development of professional competences among students of a pedagogical university], *Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. Seriya: Filosofskie nauki*, № 4 (32), pp. 67–81. DOI: 10.25688/2078-9238.2019.32.4.08 (in Russian).
 11. Pol, R., & Elder, L. (2006). *Kriticheskoe myshlenie: instrumenty dlya metafiziki i sovremennogo mira* [Critical Thinking: Tools for Metaphysics and the Modern World], Vil'yams, Moscow, 410 p. (in Russian).
 12. Vodop'yanova, N. E. (2025). *Stress-menedzhment* [Stress management], Yurajt, Moscow, 283 p. (in Russian).
 13. Malkina-Pyh, I. G. (2005). "Strategii povedeniya pri strese" [Strategies for coping with stress], *Moskovskij psihologicheskij zhurnal*, № 12. Available at: <https://magazine.mospsy.ru/nomer12/s11.shtml> (in Russian).
 14. Gong, W., & Geertshuis Susan, A. (2023). "Distress and eustress: an analysis of the stress experiences of offshore international students", *Front. Psychol*, 05 May, Sec. Educational Psychology, vol. 14, p. 1144767. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1144767> (in English).
 15. Alduraywish, S. et al. (2023). "Association between academic stress during exam period, dietary behavior and bowel symptoms among medical students in Saudi Arabia", *Clinical Epidemiology and Global Health*, № 22 (5), p. 101318. DOI: 10.1016/j.cegh.2023.101318 (in English).
 16. Byhovec, Yu. V. (2023). "Stress ot nevidimyh informacionnykh ugroz i ego posledstviya" [Stress from ulterior information threats and its consequences], *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya*, t. 31, № 3, pp. 132–166 (in Russian).
 17. Starkey, L. (2004). *Critical Thinking Skills Success in 20 Minutes a Day*, Learning-Express, New York, 169 p. (in English).

18. Rozanov, V., Laskaya, D., Radionov, D., & Ruzhenkova, V. (2024). "Psihosocial'nyj stress i ego posledstviya u sovremennyh studentov: faktor megapolisa" [Psychosocial stress and its consequences in modern students: the metropolis factor], *Ekologiya cheloveka (Human Ecology)*, № 30 (11), pp. 805–820. DOI: 10.17816/humeco622862 (in Russian).
19. Van Slyke, C., Clary, G., & Tazkarji, M. (2022). "Distress, eustress, and continuance intentions for distance learners", *J. Comput. Inform. Syst. Adv. Online Publication*, no. 63, pp. 149–161. DOI: 10.1080/08874417.2022.2037477 (in English).
20. Garbóczy, S. et al. (2021). "Health anxiety, perceived stress, and coping styles in the shadow of the COVID-19", *BMC Psychol*, no. 9, pp. 53–13. DOI: 10.1186/s40359-021-00560-3 (in English).
21. Savinov, P. N. (2025). "Vliyanie stressa na psichicheskoe zdorov'e lichnosti" [The impact of stress on mental health], *Ekonomika i sotsium*, № 5 (132), pp. 1433–1436 (in Russian).
22. Samohina, A. A., Elovskaya, L. V., Bys', A. O., & Tychinina, E. V. (2024). "Formirovanie navykov kriticheskogo myshleniya u shkol'nikov: psihologo-pedagogicheskij podhod" [Developing Critical Thinking Skills in Schoolchildren: A Psychological and Pedagogical Approach], *Pedagogicheskij zhurnal*, t. 14, № 5A, pp. 398–405 (in Russian).
23. Turdieva, K. U. (2019). "Razvitie kriticheskogo myshleniya u studentov" [Developing critical thinking in students], *Nauka i obrazovanie segodnya*, № 6-2 (41), pp. 77–78 (in Russian).
24. Solovyeva, N., Tapalova, O., & Smirnov, S. (2023). "Specifics of the students' critical thinking formation within active learning space", *Frontiers in Education*, March, vol. 8, Sec. Digital Learning Innovations. DOI: 10.3389/educ.2023.1132525 (in English).
25. Semizdralova, O. A. (2023). *Razvitie stressoustojchivosti [Developing stress resistance]*, Naukoemkie tekhnologii, St. Petersburg, 82 p. (in Russian).
26. Nath, S., & Singh, V. (2019). "Effects of stress in psychological health and its management", *AD VALOREM – Journal of Law*, vol. 6, issue i, part I, pp. 71–75 (in English).
27. Filippova, S. A., Pazuhina, S. V., Kulikova, T. I., & Stepanova, N. A. (2019). "Emocional'naya ustojchivost' budushchih pedagogov k negativnomu vliyaniyu sovremennoj informacionnoj sredy" [Emotional resilience of preservice teachers to the negative impact of the modern information environment], *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie*, t. 24, № 5, pp. 80–90 (in Russian).
28. Ionova, M. S., Rezepova, N. V., Kuz'menkova, D. I., & Tyurina, Yu. M. (2024). "Osobennosti stressoustojchivosti u studentov i vozmozhnosti eyo razvitiya v usloviyah VUZa" [Characteristics of stress resistance in students and the potential of its development in a university setting], *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya*, t. 12, № 6. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/15PSMN624.pdf> (in Russian).
29. Şenocak, S. Ü., & Demirkiran, F. (2023). "Effects of problem-solving skills development training on resilience, perceived stress, and self-efficacy in nursing students: A randomised controlled trial", *Nurse Education in Practice*, vol. 72, p. 103795. DOI: 10.1016/j.nepr.2023.103795 (in English).
30. Talov, D. P., & Orlova, A. V. (2021). "Vzaimosvyaz' urovnya razvitiya kriticheskogo myshleniya podrostkov s ih lichnostnymi harakteristikami i pokazatelyami intellekta" [The relationship between the level of critical thinking development in adolescents and their personal characteristics and intelligence indicators], *Psihologiya cheloveka v obrazovanii*, № 3 (2), pp. 153–161. Available at: <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-2-153-161> (in Russian).
31. Odincova, M. A., Radchikova, N. P., & Aleksandrova, L. A. (2022). "SORE-30: psihometricheskie svoystva kratkoj versii russkoyazychnoj metodiki ocenki koping-strategij" [SORE-30: Psychometric Properties of a Short Version of the Russian-Language Coping Strategy Assessment Tool], *Vestnik Moskovskogo universiteta, Seriya 14. Psihologiya*, № 4, pp. 247–275. DOI: 10.11621/vsp.2022.04.11 (in Russian).
32. Volkov, E. N. (2015). "Testy kriticheskogo myshleniya: vvodnyj obzor" [Critical Thinking Tests: An Introductory Overview], *Psihologicheskaya diagnostika*, № 3, pp. 5–23 (in Russian).
33. Makarova, L. N. (2011). "Pokazateli i urovni razvitiya kriticheskogo myshleniya budushchego social'nogo pedagoga" [Indicators and levels of critical thinking development for future social educators], *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta*, № 2, pp. 112–117 (in Russian).

Вклад авторов

С. В. Пазухина – идея исследования, аннотирование, сбор и анализ данных, проведение эксперимента, применение статистических методов, написание и оформление рукописи, визуализация результатов исследования.

С. А. Филиппова – обоснование актуальности, работа с источниками, теоретический обзор литературы, сбор и анализ данных, написание рукописи.

Contribution of the authors

S. V. Pazukhina – research concept, annotation, data collection and analysis, conducting the experiment, application of statistical methods, manuscript writing and formatting, visualization of research results.

S. A. Filippova – substantiation of the study's relevance, source analysis, theoretical literature review, data collection and analysis, manuscript writing.